MAHALLA TIZIMIDA YOSH OILALARDAGI MUAMMOLARNI BARTARAF ETISH VA IJTIMOIY ROLLARGA TAYYORLASHNING PSIXOLOGIK MEXONIZIMLARI

Miraliyev Shahzod Jahongir o'g'li
Osiyo Xalqaro Universiteti Pedagogika va psixologiya kafedrasi o'qituvchisi

KIRISH

Oila – inson shaxsining shakllanishi va ijtimoiylashuvi uchun eng muhim psixologik muhitdir. Ammo ayrim hollarda oilaviy muhitning ichki muvozanati buzilib, agressivlik, ziddiyat va emotsional bosim kuchayadi. Ayniqsa, yosh oilalarda bu holat ko‘proq uchraydi, chunki ular hali turmush tajribasiga ega emas, stressga bardoshlilik darajasi past va hissiy barqarorlik yetarli shakllanmagan bo‘ladi. Agressiv xulq-atvor — bu nafaqat individual psixologik muammo, balki ijtimoiy muhitga ta’sir etuvchi omil sifatida ham ko‘riladi.

Agressiv yosh oilalar muammosi bugungi ijtimoiy-psixologik hayotda jiddiy masalalardan biridir. Chunki oiladagi agressiya nafaqat er-xotin munosabatlariga, balki bolalar ruhiyatiga, ijtimoiy muhitga ham salbiy ta’sir qiladi. Shu sababli bu muammoni psixologik jihatdan o‘rganish, sabablari, mexanizmlari va profilaktika yo‘llarini aniqlash dolzarbdir.

ASOSIY QISIM

Agressiv yosh oilalarning ijtimoiy-psixologik sabablari

Yosh oilalarda agressiyaning kelib chiqishiga bir nechta ichki va tashqi omillar sabab bo‘ladi.

1. Ijtimoiy-madaniy omillar: iqtisodiy bosim, ishsizlik, turmush sharoitining og‘irligi, ijtimoiy adolatsizlik hissi.

2. Shaxsiy-psixologik omillar: hissiy yetuklikning pastligi, stressni boshqarish ko‘nikmasining yo‘qligi, shaxslararo muloqotda impulsivlik.

3. Oilaviy tarbiya omillari: bolalik davrida agressiv modelga guvoh bo‘lish, oilaviy konfliktni “normal” hol deb qabul qilish.

4. Axborot bosimi: internet va ijtimoiy tarmoqlarda zo‘ravonlikni oqlovchi axborot oqimi yosh oilalar ongiga bevosita ta’sir etadi.

Agressiv yosh oilalarda ziddiyatli muloqot uslublari, bir-birini ayblash, salbiy stereotiplar, hissiy sovuqlik va ishonchsizlik kuzatiladi. Bu holat oilaning ijtimoiy psixologik immunitetini zaiflashtiradi.

2. Agressiv xulqning psixologik mexanizmlari

Agressiv xulq-atvor inson ruhiyatining himoya reaksiyalaridan biri sifatida shakllanadi. U quyidagi mexanizmlar orqali namoyon bo‘ladi:

Proyeksiya mexanizmi – shaxs o‘zidagi salbiy hislarni boshqasiga yuklaydi.

Frustratsiya – maqsadga erisha olmaslik hissi tajovuzkorlikni keltirib chiqaradi.

Emotsional translyatsiya – stress holatidagi shaxs hissiy zo‘riqishini boshqasiga ko‘chirish orqali yengillik topadi.

Shaxslararo raqobat – o‘zini isbotlash istagi ba’zan agressiv shaklga o‘tadi.

Psixologik tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, agressiv yosh oilalarda bu mexanizmlar birgalikda ishlaydi va o‘zaro kuchaytiruvchi zanjir hosil qiladi.

3. Agressiyaning oilaviy dinamikaga ta’siri

Agressiv xatti-harakatlar oilaviy tizimda bir necha darajada zararli oqibatlarga olib keladi:

Kommunikativ buzilish – er-xotin bir-birini tinglamaydi, samimiy muloqot uziladi.

Hissiy begonalashuv – sevgi, hurmat va ishonch hissi yo‘qoladi.

Psixologik tazyiq – bir tomon doimiy ustunlik o‘rnatishga urinadi.

© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.

Ijtimoiy izolyatsiya – bunday oilalar jamiyatdan yopiqlashadi.

Bola ruhiyatiga ta’sir – doimiy stress bolalarda nevrotik holatlar, tajovuzkorlik yoki qo‘rquvni shakllantiradi.

Natijada agressiya faqat oila ichidagi muammo emas, balki kengroq ijtimoiy oqibatlarga ega psixologik hodisaga aylanadi.

Agressiyani oldini olishning psixologik mexanizmlari

Yosh oilalarda agressiyani kamaytirish uchun bir necha yo‘nalishdagi psixologik ta’sir usullari mavjud:

1. Kognitiv-behavioral yondashuv – shaxs o‘z fikrlash andozasini o‘zgartiradi, impulsiv reaksiya o‘rniga ongli javob beradi.
2. Stressni boshqarish treninglari – nafas mashqlari, autogen mashqlar, psixologik relaksatsiya usullari.
3. Oilaviy psixoterapiya – er-xotin o‘rtasida muloqotni tiklash, emotsional yaqinlikni mustahkamlash.
4. Emotsional savodxonlikni oshirish – shaxs o‘z his-tuyg‘ularini to‘g‘ri ifodalashni o‘rganadi.
5. Mediatsiya usuli – nizoli tomonlar o‘rtasida neytral vositachi yordamida murosa topish.

Bu mexanizmlar birgalikda qo‘llanilganda agressiyaning ildizini yo‘qotish, sog‘lom psixologik muhitni tiklash imkonini beradi.

Ijtimoiy-psixologik profilaktika tizimi

Agressiv yosh oilalar bilan ishlashda individual psixologik yondashuv bilan bir qatorda ijtimoiy muhitning ta’siri ham muhim ahamiyatga ega. Profilaktika tizimi quyidagi bosqichlardan iborat bo‘lishi lozim:

Ma’rifiy bosqich – yoshlarni nikohga tayyorlash, hissiy barqarorlikni o‘rgatish, o‘zaro hurmat qadriyatini shakllantirish.

Psixologik bosqich – turmushning dastlabki oylarida psixologik kuzatuv va maslahat tizimini yo‘lga qo‘yish.

Mahalla darajasidagi profilaktika – ijtimoiy psixologlar, “Oila” markazlari va diniy ulamolar hamkorligida oila madaniyatini targ‘ib etish.

Krizis holatlarini bartaraf etish bosqichi – oilada agressiv portlash alomatlari sezilganda zudlik bilan aralashuv mexanizmini ishga tushirish.

Agressiyani kamaytiruvchi psixologik treninglar

Agressiv yosh oilalar uchun maxsus treninglar quyidagi yo‘nalishlarda tashkil etiladi:

“Hissiyotlarni boshqarish” mashg‘ulotlari – salbiy hislarni so‘z bilan ifodalashni o‘rgatadi.

“O‘zaro tinglash” treningi – sherikni eshitish, tushunish va empatiya ko‘rsatish malakasini rivojlantiradi.

“Jamoaviy qaror qabul qilish” mashqlari – murosaga asoslangan muloqotni mustahkamlaydi.

“Stressdan chiqish” texnikasi – konflikt paytida tinchlanish mexanizmlarini avtomatik shakllantiradi.

Bu treninglar o‘zini anglash, muloqot madaniyati va emotsional nazoratni kuchaytiradi.

Agressiv oilalarda bolalar psixologiyasi

Agressiv muhitda o‘sgan bolalar ko‘pincha o‘z hissiyotlarini to‘g‘ri ifoda etolmaydi, o‘zini himoya qilish yoki aksincha, hujumkor xatti-harakatlarni normal deb qabul qiladi. Ularning ruhiy holati beqaror, empatiya darajasi past, ijtimoiy moslashuvi sust bo‘ladi. Shu sababli bunday oilalarda psixologik reabilitatsiya ishlari nafaqat ota-onalar, balki bolalar bilan ham olib borilishi kerak.

Agressiyani kamaytirishda mahalla va jamoaning o‘rni

© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.

Mahalla jamoasi agressiv oilalar bilan ishlashda muhim ijtimoiy bufer vazifasini bajaradi. Mahalla psixologi, xotin-qizlar faoli va oqsoqollar oila a’zolarini tinchlikka chaqirish, muammoni ochiq muloqot orqali hal etishga yordam berishi zarur. Shu bilan birga, profilaktika tadbirlarini faqat “jazolash” emas, balki “tushuntirish” va “qo‘llab-quvvatlash” yo‘nalishida olib borish samaraliroq natija beradi.

Agressiv oilalarni psixologik reabilitatsiya qilish usullari

Bunday oilalar bilan ishlashda uzoq muddatli va bosqichma-bosqich yondashuv zarur:

Psixodiagnostika – agressiyaning turini, sababini va ko‘lamini aniqlash.

Individuallashtirilgan psixoterapiya – shaxsning ichki kechinmalarini yengillashtirish.

Oilaviy maslahat – er-xotin o‘rtasidagi o‘zaro ishonchni qayta tiklash.

Reintegratsiya bosqichi – oila jamiyat hayotiga qayta qo‘shilishi uchun ijtimoiy yordam.

XULOSA

Agressiv yosh oilalar muammosi shaxsiy xulq-atvor darajasidagi holat emas, balki butun jamiyatning psixologik barqarorligiga ta’sir etuvchi ijtimoiy hodisadir. Agressiyani kamaytirish uchun psixologik, ma’rifiy va ijtimoiy choralar kompleks ravishda amalga oshirilishi lozim. Oiladagi tinchlik — bu jamiyatning tinchligi, shuning uchun yosh oilalarni psixologik jihatdan qo‘llab-quvvatlash, agressiyani erta bosqichda aniqlash va ijobiy kommunikatsiya madaniyatini targ‘ib qilish eng samarali yo‘ldir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Karimova V.M. Oila psixologiyasi. – Toshkent: O‘zbekiston milliy ensiklopediyasi, 2018. – 356 b.
2. Jalilova N.A. Agressiv xulq-atvor psixologiyasi. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2020. – 240 b.
3. Ergasheva M.M. Shaxslararo konfliktlar va ularni boshqarish mexanizmlari. – Samarqand: SamDU nashriyoti, 2019. – 298 b.
4. Bandura A. Aggression: A Social Learning Analysis. – Englewood Cliffs: Prentice-Hall, 1973. – 390 p.
5. Berkowitz L. Aggression: Its Causes, Consequences, and Control. – New York: McGraw-Hill, 1993. – 429 p.
6. Ellis A., Harper R. A New Guide to Rational Living. – Hollywood: Wilshire Book Company, 1975. – 300 p.
7. Zokirova F.A. Yosh oilalarda emotsional muvozanatni saqlash omillari. – Toshkent: Ilm ziyo, 2021. – 214 b.
8. Fromm E. The Anatomy of Human Destructiveness. – New York: Holt, Rinehart and Winston, 1973. – 521 p.
9. G‘aniyeva D.R. Oilaviy nizolarning psixologik sabablari va ularni bartaraf etish usullari. // “Psixologiya va ijtimoiy hayot” jurnali. – 2022. – №3. – B. 60–68.
10. Kadirova Z.Sh. Mahalla tizimida yosh oilalarning psixologik qo‘llab-quvvatlanishi. – Toshkent: Innovatsion nashr, 2023. – 196 b.

TEL: +998336686869
+998931449802

© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.